Rok V. Lwów, grudzień 1906. Nr. 12.

PRZEGLĄD HYGIENICZNY

ORGAN

TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO i TOWARZYSTWA „OCHRONA MŁODZIEŻY“

REDAKTOR NACZELNY I ODPOWIEDZIALNY:

Prof. Dr. M. GRABOWSKI i Doc. Dr. K. PANEK

ul. Kochanowskiego 44 a. ul. Piekarska 52.

KOMITET REDAKCYJNY:

Dr. S. BĄDZYŃSKI, Dr. W. LEGEŻYŃSKI,

Dr. E. PIASECKI, Dr. J. SZPILMAN.

WYCHODZI PIERWSZEGO KAŻDEGO MIESIĄCA.

Wkładki członków Tow. hygienicznego 4 K rocznie i wpisowe 2 K jednorazowo przyjmuje skarbnik Towarzystwa Karol Sklepiński, właściciel apteki, *Lwów — Rynek.*

Członkowie Tow. hygienicznego i Tow. „Ochrona Młodzieży“ otrzymują Przegląd hygieniczny bezpłatnie. *Prenumerata roczna z przesyłką:* 4 K = 4 marki = 2 rub.

Adres redakcyi i administracyi: Dr. M. GRABOWSKI, ul. Kochanowskiego 31.

Z hygieny zajęć siedzących*)

podał

Dr. Eugeniusz Piasecki.

Między wymogami hygieny a sumą czasu, jaki człowiek pracujący umysłowo, a szczególnie młodzież szkolna, musi spędzać codziennie w pozycyi siedzącej, zieje dotąd przepaść nie do zapełnienia. Zanim umysł ludzki znajdzie sposób rzucenia przez nią mostu, usiłowania hygienistów z konieczności muszą polegać na szukaniu choćby kompromisowego, połowicznego załatwienia tej trudności. Wszystkie modele zdrowotnych ławek szkolnych i pulpitów są wyrazem takiego kompromisu, starającego się pracę siedzącą uczynić mniej szkodliwą.

Ale na gruncie szkolnym ten kompromis ma do uwzględnienia jeszcze szereg warunków ubocznych i jest przez to znacznie trudniejszym. W szkole zwłaszcza przepełnionej — co u nas niestety jest regułą — ławka nie może zajmować za wiele miejsca, musi dozwalać na szybkie i dokładne czyszczenie sali, powinna mieć budowę jak najprostszą, nie dopuszczać do częstych uszkodzeń lub nadużyć ułatwiać kontrolę nauczycielowi, nie sprawiać hałasu przy przemieszczaniu swych części ruchomych i t. d.

*) Rzecz przedstawiona na posiedzeniu naukowem Tow. hygienicznego i Tow. lekarskiego lwowskiego z demonstracyą.

Wobec tego nie dziw, że często dają się słyszeć skargi nauczycieli, którzy mimo najlepszych usiłowań nie widzą zasadniczej poprawy pozycyi dzieci po zaprowadzeniu ławek t. zw. „najnowszej“, czy „najlepszej“ konstrukcyi. Przyczyną jest poprostu fakt, że hygiena na kompromisie z tyloma względami jej obcymi wychodzi nieraz bardzo kuso.

Inaczej rzecz się przedstawia, gdy chcemy poprawić warunki pracy domowej. Tu, z całego legionu szkopułów, pozostaje wzgląd na koszta i notoryczny brak miejsca w ciasnych pokoikach naszych mieszkań.

Mimo to wśród urządzeń tego rodzaju, jakie oglądałem w Niemczech, Francyi, Anglii i Skandydawii, nie zdarzyło mi się widzieć takiego, któreby, czyniąc zadość w zupełności wymogom hygieny, zarazem liczyło się z wymienionymi warunkami. Prawdziwie dobre pulpity domowe są kosztowne i zajmują wiele miejsca.

Po wielu próbach udało mi się rozwiązać to zadanie w sposób, który, jak sądzę, czyni zadość wszystkim istotnym wymogom. Mój pulpit zdrowotny ma postać graniastosłupa trójściennego leżącego, którego podstawa jest trójkątem prostokątnym o kątach ostrych wynoszących 30^0 i 60^0. Największa ściana, umieszczona naprzeciw pracującego, jest prostokątem 50 $\times$ 40 cm. Składa się ona z płyty ruchomej, przesuwalnej w górę i dół po dwu listwach stałych, zajmujących boki krótsze. Można ją zatrzymać w każdem położeniu zapomocą sprężynki, zaskakującej w zęby na jej brzegu. Na tęto płytę kładziemy książkę, zeszyt lub papier rysunkowy. Stosownie do rodzaju pracy, używa się dwóch różnych ustawień.

1. Dla pisania i rysunku technicznego kładziemy pulpit na ścianie przyległej do najostrzejszej krawędzi, tak że nachylenie płyty ruchomej do poziomu wynosi 30^0 (patrz rycina 1). Potem odginamy dwie sprężyny, umieszczone pod brzegiem dolnym tak, aby chwyciły brzeg stołu. Usiadłszy naprzeciw pulpitu, pociskamy następnie guzik mosiężny na jego prawym brzegu i zesuwamy płytę tak, aby środek jej dolnej krawędzi był na jednym poziomie z dołkiem podsercowym piszącego. Wreszcie przysuwamy się wraz z krzesłem póki tułów nie zbliży się do brzegu płyty ruchomej na 2 — 3 cm. Przez cały ten czas, jakoteż przy samej pracy, plecy piszącego nie odrywają się od oparcia krzesła. Dolny brzeg płyty ruchomej ma wycięcie, po którego bokach łokcie znajdują wygodne oparcie. Listewka u dołu zapobiega obsuwaniu się zeszytu, podobna listewka u góry służy do oparcia książki, z której uczeń odrabia zadanie. Obniżając płytę, odsłaniamy półeczkę, na której znajdą miejsce pióra, ołówki i t. p. oraz kałamarz w odpowiedniem wgłębieniu. Nieco większe obniżenie daje dostęp do książek, papierów i t. d., które uczeń może w pulpicie przechowywać i przenosić. Do-

stosowanie do wzrostu piszącego odbywa się poprostu przez mniejsze lub większe wysunięcie płyty, tak że przy tymczasowym stole i na temsamem krześle może naprzemian pulpitu tego używać człowiek dorosły i dziecko 6-letnie.

Przy rysunku technicznym (geometryi wykreślnej i t. p.) płyta ruchoma zastępuje rysownicę, a papier możemy do niej przypiąć pluskiewkami.

2. Dla czytania i rysunku odręcznego opieramy pulpit na ścianie najwęższej, tak że płyta ruchoma tworzy z poziomem ∡60°. (patrz rycina 2). Dostosowanie do zwrostu odbywa się tak, że płytę wysuwamy w górę lub w dół, póki środek książki (papieru, lub bloku) opartej o dolną listewkę nie będzie na jednym pozomie



Ryc. 1.



Ryc 2.

z okiem. Potem posuwaniem krzesła i pulpitu, który teraz stoi wolno na stole regulujemy odległość od oka, która przy czytaniu winna wynosić (stosownie do kalibru czcionek) 26 — 32 cm., przy rysunku zaś ewentualnie więcej, zależnie od przedmiotu rysowanego. I tu znów wszystko to rozumie się przy plecach wygodnie opartych.

Praca w pozycyi stojącej, jak wiadomo, korzystna odmiana przy długich okresach siedzenia, jest tu możliwą dla dzieci małych przy tym samym stole, ze zmianą jedynie wysunięcia płyty Młodzież i dorośli muszą oczywiście w tym celu ustawić pulpit na jakimś wyższym sprzęcie (szafce i t. p.).

Pulpit zajmuje (przy pisaniu) tylko 34 × 50 cm. powierzchni stołu, ciężar zaś jego wynosi 3 kg.; rączka umieszczona na brzegu, który przy pisaniu jest dolnym, ułatwia przenoszenie i inne manipulacye.

W razie potrzeby może też ten przyrząd służyć i domowi i szkole, jeśli ta ostatnia nie posiada racyonalnych ławek. Wtedy jednak pulpit, wraz z zawartemi w nim książkami należy powierzyć towarzyszącej dziecku osobie dorosłej (słudze), gdyż i tak sam ciężar książek bywa dodatkowym powodem skrzywień kręgosłupa.

W mniejszych szkołach prywatnych, które nie chcą się wyrzec pretensyi zaspokojenia nowych wymogów wychowawczych, mógłby nasz pulpit odegrać jeszcze ważniejszą rolę. Przy szczupłości środków materyalnych i co zatem idzie, lokalu, szkoły takie muszą radośnie powitać urządzenia, któreby im umożliwiły odbywanie różnych zajęć kolejno w tej samej sali. Otóż przyrząd nasz, położony na stołach pracowni fizycznej lub chemicznej, sali do nauki zręczności lub t. p., zamieni ją w jednej chwili na salę wykładową lub rysunkową.

A teraz kilka uwag dla odparcia możliwych zarzutów,

Pozycya t. zw, »reklinacyjna« t. j. stałe przyleganie pleców do oparcia odchylonego wstecz o 10 — 15°, przyjęta jako zasada w moim pomyśle, nasunie niejednemu czytelnikowi wątpliwości, ponieważ jest skrajnie sprzeczną z naszemi nawyczkami. Biorąc ją za podstawę, szedłem za wywodami Schenka i Kochera (Berno szwajc.) oraz Lorenza (Wiedeń), którzy pierwszy warunek zapobiegania skrzywieniom kręgosłupa widzą w spoczynku słabych mięśni grzbietnych dziecka podczas pracy szkolnej, wykazując, że przy braku oparcia lub w pozycyi pionowej »wojskowej« te mięśnie wyczerpują się i słabną. Żądanie to schodzi się zupełnie z tem, co Berlin i Rembold uważają za konieczne ze stanowiska hygieny wzroku*).

Następnie pytanie: czy nasze krzesła domowe odpowiadają same przez się wymogom hygieny? Otóż odpowiedź w znacznej części wypadków wypada twierdząco. Oczywiście, że wybierać należy tylko krzesła o oparciu odchylonem w tył o 10—15° (na szczęście to jest regułą), oraz dość lekkie, aby dziecku ułatwić manipulacye. Większość lżejszych krzeseł domowych, dziś używanych, miewa też pożądane oparcie pełne lub, co jeszcze lepiej, z otworem u dołu, dającym miejsce u dziewcząt grubemu podkładowi spodniczek. Jeśli

---

*) Że w szkołach dotąd w nieznacznej mierze system reklinacyjny znalazł zastosowanie, jest zrozumiałem z powodu przeszkód natury technicznej. Płyta pulpitu, dotykająca przodu tułowia przy pisaniu, czytaniu, rysunku, lub gdy uczeń stoi w ławce musi być znacznie oddaloną. Uzyskać to można tylko przez ruchomość pulpitu, ławki lub obojga. Na wprowadzeniu zaś części ruchomych do swych subseliów wiele szkół nie chce się zdecydować dla przyczyn wymienionych na wstępie.

oparcie jest puste, a poprzeczki jego trafiają za wysoko (w kark dziecka), nic prostszego, jak poprawić je dodatkowem oparciem z kawału tektury grubej, przywiązanego tasiemkami do górnej poprzeczki. Może się też zdarzyć, że krzesło jest za głębokie dla małego dziecka, wtedy przytwierdźmy też oparcie dodatkowe, lecz z deszczułki odpowiednio grubej, materyi w kilkoro złożonej l. t. p. Jeśli nogi zwisają wolno, korzystnem jest podparcie ich podnóżkiem, który da się łatwo zaimprowizować.

Na uwagę zasługuje też kąt nachylenia pulpitu. Jest on o 10° większy od powszechnie dotąd używanego. Doświadczenie uczy, że przy pulpitach bardzo stromych piszący nuży się szybko, głównie z powodu zbyt ostrego kąta, jaki wtedy tworzy ramię z przedramieniem (Lorenz). Otóż trzeba pamiętać, że, jeśli przy siedzeniu w postawie „wojskowej“ pulpit nachylony o 20° nie jest za stromy, nie może nim być również 30° przy pozycyi reklinacyjnej. Plecy, a za niemi i ramię, są przechylone o 10 — 15° wstecz, rozchylenie więc stawu łokciowego nie ulega zmianie.

Zyskiem zaś takiego stromszego pulpitu jest wyprostowanie karku i wogóle górnej części kręgosłupa, której postawa przy systemach dotychczasowych wiele jeszcze pozostawia do życzenia.

Dalszym zyskiem jest niemożność pracy w postawie błędnej. Człowiek o złych nawyczkach, który zechce użyć pulpitu do pisania w pochylonej naprzód postawie odczuje ją zaraz jako skrajnie niewygodną i nużącą. Co więcej, jest tu rodzaj sygnału ostrzegawczego. Każde przeniesienie punktu ciężkości ciała wprzód i oparcie go na łokciach, wywołuje ruch pulpitu, którego część wysunięta działa jak ramię dźwigni. Przeciwnie, przy pozycyi prawidłowej (plecach wygodnie opartych) pulpit jest zupełnie nieruchomy.

Wyrób i rozsprzedaż powierzyłem inż. M. Złotnickiemu (Lwów, pasaż Hausmana), któremu na tem miejscu wyrażam żywą wdzięczność za cenne wskazówki techniczne.

Cena (16 kor.) zapewne udostępni nowy pulpit nawet dla rodzin mniej zamożnych.

LITFRATURA.

1. Schenk. Zur Aetiologie der Skoliose. Berlin 1885. — 2. Kocher. Ueber die Schenk'sche Schulbank. Corr.-Bl. d. Schweiz. Aerzte. 1887. — 3. Lorenz. Die heutige Schulbankfrage, Wien 1888. — 4. Berlin i Rembold. Unters. üb. d. Einfl. d. Schreibens etc. Stuttgart 1883.

II. Kongres międzynarodowy hygieny mieszkań.

(Assainissement et salubrité de l' habitation)

od 4—12 września 1906 w Genewie.

Zdał sprawę

Prof. Dr. J. Szpilman.

(Ciąg dalszy).

Dnia 5. września, Sekcya IX. środków przewozowych zwiedziła na dworcu w Cornavin wystawę modeli wozów kolejowych, urządzoną przez dwa Towarzystwa Paryż-Lyon-Meditairrané i węgierskie koleje państwowe.

Wzory I., II. i III, wygodne — rzec można — zbytkowne zainteresowały co do wielu szczegółów zwiedzających. Koleje węgierskie do oczyszczania wagonów z kurzu używają vacuum cleaner.

Dnia 9. września, Sekcya V. szpitalna zwiedziła szpital kantonalny pod kierownictwem Prof. Girard'a, klinikę Dr. Martina, urządzenie hotelu »Beau-Séjour«, należącego do zakładu kąpielowego »Bains des Champel«, gdzie uczestników gościnnie przyjęto.

Co do strony towarzyskiej zjazdu, to pierwszego dnia, to jest w dniu otwarcia zjazdu odbyło się przyjęcie przez miasto Genewę w pałacu Eynard, w którem imieniem miasta powitał zebranych radca Piguet-Fayes. Po koncercie miał W. Fatio, prezes komitetu organizującego kongres obecny, w sali z oranżeryi przerobionej odczyt wyżej wspomniany, w którem zebranym przedstawił zapomocą projekcyi różne typy domów mieszkalnych w Szwajcaryi.

Dnia 6. września o godz. 2 po południu kongresiści na statku zrobili wycieczkę po jeziorze Genewskiem, naprzód do zamku Coppet, w którym przez lat 16 mieszkała słynna pisarka p. Staël. Oprowadzał gości obecny właściciel hr. Haussonville, członek francuskiej Akademii umiejętności, okazując wszystkie przechowywane z pietyzmem pamiątki po p. Staël.

W dalszej przejażdżce zatrzymano się w Nyon, Yvoire i Hermance — a w końcu w Genthod, gdzie serdecznie przyjął gości niezmordowany wiceprezydent komitetu p. Fatio. Obiad pod namiotami z widokiem na Montblanc, serdeczny i ciepły nastrój — pozostaną na zawsze w pamięci uczestników. Podczas powrotu brzegi jeziora oświetlone były ogniami bengalskimi.

Po bankiecie w ostatnim dniu zjazdu do 70 uczestników zrobiło wycieczkę do cudnego Chamonix u podnóża Mont-Blanc. Wycieczkowcy następnego dnia odbyli przeprawę przez lodowiec Bossons, należący do grupy Mont-Blanc.

Po zjeździe odbyła się wycieczka zbiorowa po Szwajcaryi, podczas której zwiedzono miasta Lausanne (przyjęcie przez miasto),

Bern (recepcya w gmachu federalnym przez Radę związkową), Lucernę (wycieczka po jeziorze czterech kantonów i obiad na okręcie dany przez miasto, Zurych (muzeum narodowe — politechnika) z przyjęciem w Tonhallé, Szafhuzę i Bazyleję. Wycieczka ta wielce pouczająca umożliwiła uczestnikom zapoznanie się z najnowszemi urządzeniami hygienicznemi miast Szwajcarskich.

Uroczyste otwarcie Kongresu odbyło się dnia 4 września b. r. w auli Uniwersytetu. Zagaił i powitał uczestników prezydent honorowy Kongresu p. Ruchet, członek Rady związkowej i były prezydent Szwajcaryi, dziękując za wybór Genewy jako miejsca Kongresu. Szwajcarya jest dumną, że może gościć u siebie ludzi, skorych do walki z plagą niezdrowych mieszkań, którą w r. 1904 podjęło Towarzystwo hygieniczne francuskie na I. kongresie w Paryżu i to ze skutkiem.

Hygiena wywalczyła już swe prawa co do mieszkań zbiorowych: szkół, szpitali, zakładów przemysłowych i t. d. — zaniedbaną jest jednak zupełnie dziedzina mieszkań prywatnych, tych ognisk pełnych mikrobów, wyziewów mefitycznych, sprzyjających rozwojowi chorób zakaźnych, a zwłaszcza gruźlicy. Przepełnienie mieszkań osobnikami różnej płci i wieku jest także ważnem ze stanowiska moralności publicznej. Współdziałanie państwa jest pożądanem; interwencya jego ustawodawcza i ekonomiczna konieczna.

W tym duchu pojęte zadanie państwa — to najpraktyczniejszy socyalizm.

Następnie powitał kongresistów imieniem miasta i kantonu Genewskiego p. Fazy prez. kant, Genewy dziękując Radzie związkowej i innym czynnikom za poparcie Kongresu, jakoteż Komitetowi za wybór, Genewa jest dumną i szczęśliwą, że może gościć tylu pracowników chętnych do współdziałania dla dobra publicznego.

Następnie skreślił zadanie Kongresu ze stanowiska medycyny, architektury, inżynieryi i administracyi publicznej, które to czynniki mają przygotować i zebrać materyał potrzebny dla władz w celach ustawodawczych i przygotować opinię publiczną, coby ułatwiło rozwiązanie wielu kwestyi co do przeobrażenia starych miast lub ich niezdrowych dzielnic.

Do członków Kongresu należy sformułowanie programu, według którego należałoby w przyszłości postępować. Wogóle Kongres ten ma ważną misyę cywilizacyjną, której spełnienia mowca szczerze życzy.

Z kolei zabrał głos jeneralny sekretarz Komitetu Marie-Davy (inżynier); skreśliwszy historyę poprzedniego Kongresu, który odbył się pod przewodnictwem M. Chaumié i senatora Straussa, zaznaczył, że wiele uchwał tego Kongresu zostało już praktycznie rozwiązanych. Drugi Kongres przyszedł do skutku jedynie dzięki zabiegom członka Rady m. Genewy, p. Piguet-Fayes jako prezydenta honoro-

wego biura organizacyjnego i p. W. Fatio, prezydenta Tow. amelioracyi mieszkań w Genewie, a zarazem prez. biura organiz. Imieniem zagranicznych delegatów przemówił prof. Garriel z Paryża, wyrażając podziękowanie m. Genewie za gościnność, podniósł ważność hygieny mieszkań, w których ludzie cywilizowani znaczną część życia spędzają, a której zaniedbanie da się jedynie wytłumaczyć młodością nauk, których hygiena mieszkań jest tylko zastosowaniem.

W dalszym ciągu p. L. Bard, profesor gen. kliniki wewnętrznej przedstawił jako prezydent biura organizacyę Kongresu, program prac (posiedzenie ogólne, sekcyjne, wykłady popularne, wycieczki i tak dalej).

Po wyjaśnieniach p. Fatio o utworzeniu Komitetu dam dla zajęcia się uczestnikami Kongresu nastąpiło ukostytuowanie się sekcyi, a po zamknięciu pierwszego ogólnego zebrania uczestnicy wspólnie się fotografowali.

Dnia 8. września po posiedzeniu ogólnem, na którem inżynier Hengelhaupt przedstawił sprawę różnych systemów ogrzewania centralnego ze stanowiska hygienicznego, zamknięto kongres przemówieniem prof. Barda i sekr. gen. p. St. Wuarin, poczem odbył się bankiet w dwóch wspaniałych salach foyer teatru genewskiego, zbudowanego kosztem 12 milionów franków na wzór opery francuskiej.

Po tym wstępie, dotyczącym zewnętrznej strony zjazdu skreślę tok obrad zjazdu na posiedzeniach ogólnych i w sekcyach, o ile na to materyał zebrany (dotychczasowe publikacye i notatki) zezwalają; niemożebnem jest bowiem zdać sprawę z przebiegu obrad w 12 sekcyach tego Kongresu, z którego szczegółowe sprawozdanie zostanie osobno ogłoszone.

Na porządku dziennym obrad pierwszego ogólnego zgromadzenia pod przewodnictwem M. Juillerat była bardzo ważna i trudna do przeprowadzenia sprawa: »O konieczności i sposobach przeobrażenia dzielnic niezdrowych w miastach«. Pierwsi sprawozdawcy ref. L. Bonnier i dr. P. Berthold w swoim wielce interesującym referacie p. t.: »Asanacya dzielnc niezdrowych przez wywłaszczenie i parcelacyę terenów oraz ustanowienie przepisów hygieniczych co do nowych domów« zwracają uwagę na podstawie badań z licznych ankiet — dat statystycznych zarządów kas chorych i t. d., że zły rozkład konstruktywny, gęstość zabudowań powierzchni i na wysokość więcej się przyczyniają do chorobliwości i śmiertelności ogólnej aniżeli nawet przepełnienie mieszkań.

Przyczyna tego opłakanego stanu rzeczy leży w tem, że dawne miasta celem zmniejszenia linii obronnej miały bardzo małą powierzchnię zabudowania i raz otoczone wałami, murami i rowami nie mogły się już rozwijać. Na tak zamkniętym obszarze ulic było mało,

parcele głębokie z frontem wąskim, przestrzenie niezawabudone tworzyły zbiornik światła i powietrza. Z czasem, w miarę jak teren zyskiwał na wartości, przestrzenie zwolna zostały zabudowane domami o wadliwej konstrukcyi, nieodpowiednio sytuowanymi, o coraz większej wysokości, z podwórzami małemi, ciemnemi, niezdrowemi. Wobec tego stanu musiała nastąpić reakcya.

Jedni proponują ze względu na dobro publiczne wywłaszczenie i następowe zdemolowanie budynków niehygienicznych (i to jest sposób najprędzej do celu prowadzący i najprostszy — ale ze względu na wielkie koszta może być tylko partyami przeprowadzony); inni zaś chcąc domom zepewnić jak najwięcej światła, pragną ich fasady skierować ku słońcu; każdy jednak musi przyznać, że kierunek wszystkich ulic nie może być ten sam, że muszą być przestrzenie pozbawione światła, jak i skrzydła domów będą gorzej oświetlone.

Z tych dwóch przykładów jest widocznem, że pewnych prawideł ogólnych nie można w tej kwestyi postawić — byłyby one bowiem tylko idealne — ale należy przy uwzględnieniu wszystkich okoliczności mieć przedewszystkiom na oku cel główny trwały — obok sztuki zdrowie publiczne, hygienę jednostek oraz względy komunikacyjne — to są główne zasady, do których zrealizowania dążyć należy.

Drugi referent, sekretarz jen. Zjazdu Marie-Dary w tej samej kwestyi określił dokładne pojęcie dzielnic wzg. domów niezdrowych, omówił sprawę ich wywłaszczenia, tworzenia nowych ulic wzgl. rozszerzanie starych, parcelacyę i użytkowanie terenów nabytych, przyczem wyraził życzenie, żeby zarządy miast z całą energią i metodycznie dążyły do asanacyi radykalnej dzielnic niezdrowych, żeby specyalne ustawy zapewniały wywłaszczenie po cenach normalnych, odpowiadających położeniu terenów, następnie żeby następowa parcelacya umożebniła powstawanie domów zdrowych, dostępnych dla słońca ze wszystkich stron, a wreszcie zarządy miast nie reflektowały na zyski przy sprzedaży parcel, ale żeby owszem obniżały ceny i umożebniały nabywcom uposażenie nowych domów w najnowsze urządzenia hygieniczne według wymogów Kongresu z r. 1904 t. j. zapewnienia im niejako serwitutowego maximum zdrowotności, dalej żeby plany asanacyi (wywłaszczenia, parcelacyi i serwitutów) opracowane były przez komisyę, w której skład wchodziliby technicy-hygieniści, lekarze, architekci a wreszcie, żeby zaprowadzone zostały we wszystkich miastach wykazy sanitarne domów.

W końcu referent następujące przedstawił rezolucye:

1. żeby część terenów wywłaszczonych została zarezerwowaną na mieszkania robotnicze za czynszem umiarkowanym;

2. żeby szerokość ulic odpowiadała wysokości domów;

3. żeby bramy domów miały wyjście wprost ku drodze publicznej i

4. żeby były zarezerwowane przestrzenie wolne na skwery i na gmachy publiczne.

Tego samego tematu (Assainissement des ilots insalubres) dotyczyło sprawozdanie dr. Putzeys (prof. hygieny w Liége) i M. E. Putzeys, inż. m. Brukseli, którzy na końcu swego szczegółowego referatu dochodzą do wniosków, że asanacya dzielnicy niezdrowej może pochodzić także z konieczności utworzenia ważnej arteryi komunikacyjnej, skutkiem czego odpadnie wiele mieszkań zamieszkałych przez klasę uboższą, dla której utworzyć należy kolonie robotnicze przedmiejskie, przy głównej zaś arteryi budować domy zbiorowe.

Domy te po 12 m wysokie od ziemi do gzemsu, a po 10 m głębokie mają mieć po 2 mieszkania w głąb, składające się z 2 – 3 albo 4 ubikacyi, stosownie do liczby i zasobności mieszkańców t. j. 3 ubikacye przeciętnie o wymiarach:

1. pokój sypialny $3 \cdot 5$ m $\times$ $4 \cdot 50 = 15 \cdot 75$ m^2;

2. pokój rodziców $15 \cdot 75$ m^2;

3. a dla dzieci $13 \cdot 25$ m^2; waterkloset $4 \cdot 52$ — mury i schody 18 m^2 — tak, że rodzina z 5 osób będzie zajmowała 45 m^2 t. j. 9 m^2 na osobę. Przyjmując 3 m jako wysokość mieszkania, to wypadnie rzeczywistej przestrzeni 27 m^3 na osobę. Domy te z izolacyą gruntu od strony gruntu, bez strychów ale z równą terasą na domie, która, zastępując podwórze, zapewni mieszkańcom światło i powietrze na przestrzeni równej zabudowanej powierzchni. Domy więc takie będą przedstawiały bloki 12 m wys., a 10 m głęb., oddzielone od siebie wolnemi przestrzeniami, t. j. ulicami (od północy ku południowi) i podwórzami do 12 m co najmniej głębokości. (C. d. n.)

Hygiena budowli

jako podstawa dla zmienić się mającej ustawy budowniczej m. Lwowa

podał

Prof. politech. Jan Lewiński.

(Ciąg dalszy).

Ponieważ wyżej wspomniane mury są dźwigające, należy się zastanowić, gdzie dać grubszą, a gdzie cieńszą ściankę. Na środkowej części spoczywają stropy, zaś zewnętrzne ścianki narażone są na wpływy atmosferyczne jak deszcz i wiatr. Cienka warstwa cegły od zewnątrz może wskutek dłuższej niepogody przemoknąć, udzielając wilgoci zaprawie wapiennej, a ta znowu udziela wilgoci wewnę-

trznej ściance. Gdyby zaś wapna w szczelinie nie było, to znajdujące się tam powietrze nasyci się wilgocią, a więc parą, a ta para przy obniżeniu się temperatury ściany wewnętrznej lub zewnętrznej może się skroplić i obie lub jedną ze ścian zawilgocić. Wilgoć ta ścianie zewnętrznej tyle szkodzić nie będzie co ścianie wewnętrznej, a to dlatego, że słońce i przewiew powietrza, mając do ściany zewnętrznej łatwy przystęp, sprowadzają ją szybko do normalnego stanu. Trudniej jednak odbywa się osuszanie wewnętrznej ściany, gdyż jako wilgotna jest zimniejszą, a więc daje powód, że na niej skrapla się para wewnętrznego powietrza, a to wzmaga i podtrzymuje wilgotność tej ściany. Z tego wynika, że ściana zewnętrzna powinna być grubszą a ściana wewnętrzna cieńszą. Cienka ścianka wewnętrzna ma oprócz tego jeszcze inną zaletę, a mianowicie, że będąc cienką, nabiera rychło tej samej temperatury, co powietrze pokojowe, a chociażby to była ubikacya, w której nawet dużo wilgoci się wytwarza, to jednak na niej para się nie skropli.

Zewnętrzną powierzchnię muru od pola należy uchronić od przemakania i to przez bardzo dobre, aż do oszklenia wypalone cegły, albo przez całkiem gładką zaprawę nieprzepuszczającą wody. Ściany wilgotne nietylko jako zimne przyczyniają się do spotęgowania promieniowania ciepła człowieka, znajdującego się w pokoju, ale nadto dają powód do rozkładania się organicznych resztek, które się na nich osadzają i ułatwiają także rozwój drobnoustrojów, które razem z pyłem na nich się osadziły. Wilgotne ściany zewnętrzne ułatwiają rozwój pleśni i mchów, które nietylko, że wstrzymują dostęp słońca i powietrza do murów, lecz po pewnym czasie niszczą także zaprawę, a nawet kamień i cegły. Dlatego zaprawa powinna być gładką, a spad wody deszczowej i śniegu, przy różnych konstrukcyach, jak gzemsy i rzeźby, powinien być bardzo nagły. Same zaś konstrukcye, o ile nie tracą na wyglądzie, powinny być pokryte nieprzepuszczalnym materyalem, jak dachówka glazurowana, kamień, blacha i cement.

Ponieważ wilgoć nietylko na wewnętrznej stronie ubikacyj mieszkalnych jest szkodliwą, ale wszędzie, przeto powinno się przed zawilgoceniem także ochronić mur, będący w najbliższem zetknięciu z ziemią lub chodnikiem czyli spód budowli. Woda deszczowa, spadając z gzemsów, odbija się od ziemi lub trotuaru i zawilgoca mury. To też przynajmniej do tej wysokości, do której mogą dosięgnąć odbite krople wody t. j. do wysokości 30 ctm. powinien być dany kamień twardy, którybyy chronił mur przed zawilgoceniem. Tę część muru kamiennego, zwanego cokołem, winno się zastosowywać nietylko od frontu lecz także i od strony podwórza.

W dalszym ciągu nadmienić należy, że rury deszczowe, któremi odprowadzamy z rynny dachowej wodę deszczową, ażeby uchronić

fasadę od wody spływającej z dachu, nie powinny przyczyniać się same do zawilgocenia muru, co może łatwo nastąpić przez pęknięcie rury. Dlatego przestrzegać należy, aby rury nie miały kolan i były od lica muru w odległości kilku centymetrów zawieszone w hakach. Pomimo tego jednak woda w naszym klimacie może wylewać się na fasadę. Szczególnie, jeżeli dolny wylot rury deszczowej nie jest wpuszczony do kanałów o 1 meter poniżej terenu, natenczas przy przymrozkach nocnych, woda u dołu zamarza najpierw z brzegu, a później coraz wyżej tak, że wreszcie cała rura jest lodem przepełniona. Woda, nie mając wylotu wolnego, albo przelewa się przez rynnę na zewnątrz, albo przez ciśnienie wody w rurze, najmniejszemi szczelinami przy połączeniach odcinków rur, wydostaje się na zewnątrz, albo przez ciśnienie zamarzniętego lodu rura pęka, woda wytryska na mur tuż obok przylegający i zawilgoca go. Ażeby woda nie przelewała się przez rynnę, trzeba rynnę od czasu do czasu wyczyścić z nagromadzonych zużytych części materyału dachowego, prochu ulicznego, słomy i liści naniesionych przez wiatr i ptaki. Chcąc zatem zabezpieczyć rury deszczowe od zanieczyszczenia grubszymi przedmiotami, należy górny wylot rury opatrzyć siatką a dolny wpuścić do kanału.

Powodem zawilgocenia powały stają się czasem używane w naszym klimacie t. zw. rynny leżące. W innym klimacie, rynny te mogłyby pełnić swą służbę całkiem dobrze. U nas jednak przy nagłych nocnych przymrozkach woda w nich z każdym dniem wyżej zamarza, w razie zaś odwilży spływająca woda z dachu, mając mało miejsca do pomieszczenia się w rynnie, podnosi się pod skorupą lodu nieraz do połowy dachu i tam dopiero rozlewa się przez szczeliny dachu na strych, zawilgocając sufity. Dlatego w naszym klimacie, powinny być używane t. z. rynny wiszące. Są to rynny, które z płaszczyzną dachową nie łączą się w jednolitą całość, ale są pod okapem t. z. pod wolnym brzegiem płaszczyzny dachowej umieszczone. Woda płynie bez przerwy do brzegu płaszczyzny dachu, stąd spada do rynny, zaś w razie zamarznięcia przedostaje się przez wierzch okapu na dół, na pole. Wprawdzie woda ta jest także dla ściany zewnętrznej budynku szkodliwa a dla przechodniów przykrą, lecz w każdym razie nie zawilgoci pował domu. To też rynny prowadzone przez strych, powinny być zabezpieczone przed zimnem, jeżeli nie mają zamarzać, przez co też wstrzymywać wody i przy odwilży przelewać jej na sufit.

Nie powinno się wody deszczowej sprowadzać do rur wychodkowych pomimo, że jestto dobrym i wygodnym środkiem do przepłukania tychże. Jestto jednak z tego względu niepraktyczne, że przy zatkaniu się rur wychodkowych, woda deszczowa przelewa się przez otwory wychodkowe, zalewając przez to piętra położone wyżej. Tak

samo rury wodociągowe nie należy zamurowywać, lecz o ile możności wolno w pewnej odległości od ściany umieszczać. Tak samo powinny być urządzone rury zlewowe i odprowadzające wodę. W każdym razie powinny być rury zabezpieczone przed zamarznięciem. Zlewy powinny mieć przelewy albo odpływ większy, jak przypływ, ażeby przez zapomnienie zakręcenia kurka nie dopuścić, by woda zalała podłogi, sufity i w nich zawartą podsypkę. Rury, które zimną wodę przeprowadzają przez ciepłe ubikacye, powinny być przed ciepłem ochronione, ażeby para na nich się nie skropliła. Izby, które wskutek swego przeznaczenia wytwarzają więcej pary, powinny być odosobnione od mieszkalnych, a to dlatego, że mieszkalne ze zdrowotnych względów posiadają niższą temperaturę, zaś izby, gdzie się więcej pary wytwarza, jak kuchnie, pralnie, wyższą temperaturę. Przez połączenie tych ostatnich z mieszkalnymi powietrze przesycone parą osadza nadmiar pary w skroplonej formie na ścianach zimniejszych ubikacyi, co wyraźnie widać na szybach okien, i wytwarza w kątach, gdzie sie powietrze mało porusza, stale zwiększającą się wilgoć. Drzwi więc z kuchni do pokojów mieszkalnych powinny prowadzić przez pośrednią ciepłą sień. Bardziej szkodliwem jest urządzać pralnie w kuchniach, dlatego wymagać należy osobnej ciepłej pralni z wentylatorem.

Nie powinno się łączyć kuchni ze śpiżarkami, ażeby się z tych samych, co powyżej, powodów, nie zawilgociły.

Pomieszkanie więc, ażeby było suchem, musi być otoczone suchemi ścianami, przepuszczającemi powietrze, również suchymi sufitami i podłogami. W tym celu staramy się, ażeby podłogi były suche i o ile możności od zimna zabezpieczone. Zazwyczaj więc podłogi parterowe podsklepia się, a przestrzeń pustą pod niemi przeznacza się na piwnice i składy. Gdzieby tego ze względów finansowych zrobić nie można, lub gdzieby dla wysokich cen gruntu zachodziła potrzeba urządzania suterenowych pomieszkań, tam należałoby wszystko zastosować, ażeby pierwszym warunkom hygieny, światła, ciepła i suchości stało się zadość. Ustawa zadawalnia się zwykle zastrzeżeniem, że podłogi pomieszkań w parterze powinny być 60 ctm. nad terenem umieszczone, chcąc w ten sposób przez wyższe położenie zabezpieczyć je od możliwej wilgoci z gruntu. Powinna być prócz tego żądana izolacya podłogi od terenu. Lepiej jednak wprowadzić pod podłogę powietrze krążące i izolować ją przed wilgocią ziemi. To samo odnosi się do pomieszkań suterenowych, które jeżeli posiadają wszystkie warunki hygieniczne t. zn. suche przewiewne okalające mury i podłogę, a więc tem samem suchość, ciepło i dostateczne osłonecznienie, mogą być jako mieszkalne ubikacye użyte. (C. d. n.)

Hygiena turysty.

Opracował
Doc. Dr. Kazimierz Panek.

(Dalszy ciąg).

Z innych środków spożywczych białkowatych zaopatrzyć się należy w ser w różnych odmianach: ser szwajcarski, twaróg, zwykły ser krowi i t. p. Zwłaszcza ser krowi smakuje w drodze bardzo dobrze, jeśli jest świeży. Wybornem pożywieniem są również jaja zwłaszcza w stanie surowym lub ugotowane na miękko. Ze względu jednak na trudności transportu jaj świeżych zaopatrujemy się zwykle w jaja gotowane na twardo, które około 4 dni trzymają się wcale dobrze, stanowiąc znakomitą odmianę w pożywieniu. Z tłuszczów najkorzystniej brać na drogę masło, które, jako środek odżywczy i jako smaczny dodatek jest nader pożądane. Przechowuje się je albo owinięte w papier pergaminowy lub też puszkach aluminiowych, Polecić nadto można słoninę wędzoną, najlepiej paprykowaną, która, jako tłuszcz, posiada wysoką wartość odżywczą, zaś zaprawiona papryką działa pobudzająco na łaknienie i trawienie. Również i sardynki w oliwie, kurczęta smażone i t. p. potrawy są pożądaną odmianą. Wszystkie jednak te potrawy posiadają bądź co bądź tę ujemną stronę, że spożywa się je w stanie zimnym, przez co jednostajna ta strawa po pewnym czasie sprzykrzy się i z coraz mniejszem łaknieniem spożywaną bywa. Jest przeto rzeczą wskazaną od czasu do czasu posilać się ciepłą strawą, bądźto po przybyciu do schroniska, bądź też, jeśli czas po temu, przyrządzić ją sobie samemu. Nadają się do tego celu bardzo dobrze konserwy zawierające skoncentrowane polewki i zupy, które zarobione wodą dostarczają smacznych potraw. Również i konserwy mięsne w puszkach, pobrane atoli ze źródeł pewnych, odgrzane dostarczają również potraw ciepłych i smakowitych. Wadą tych ostatnich jest często niestaranna przyprawa, obfita zawartość trudnotopnego tłuszczu, łoju, jakoteż pewne zmiany, jakie w pokarmach takich zachodzą skutkiem długiego przechowywania, które znacznie strawność konserw upośledzają. Z tych względów też pewna część turystów unika używania konserw mięsnych, starając się w inny sposób zaradzić brakowi ciepłej strawy. Najwygodniejszy i najmniej zachodu wymagający sposób jest zabieranie ze sobą przyrządzonych potraw mięsnych, które się w danym razie odgrzewa. W tym celu wkłada się kawałki mięsa pieczonego lub smażonego w stanie gorącym do puszki aluminiowej lub cynowej, szczelnie zamkniętej i w czasie posiłku przygrzewa je z dodatkiem świeżego masła na nakrywce puszki lub odpowiedniej rynience.

Zapas węglowodanów nosimy ze sobą pod postacią chleba, bułek, cukru, ciast, owoców, czekolady i t. p. Przy zaopatrywaniu się w chleb należy dać pierwszeństwo gatunkom ciemnym i zbitszym. Pulchny chleb biały smakuje wprawdzie nieco lepiej, posiada jednak dużą objętość, łatwo wysecha i kruszy się, a dzięki swej pulchności jest mało wydatny. Ciemny chleb żytni natomiast trzyma się nawet kilka dni w stanie dosyć świeżym.

Doskonałą odmianę pieczywa zwłaszcza na śniadanie i podwieczorek stanowią sucharki, pierniki i inne ciasta cukrowe. Działają korzystnie na smak i łaknienie. Cennem pożywieniem w drodze jest czekolada. Przetwór ten daje się długi czas bez zmiany przechowywać, nader wygodnie przenosić, a obfita ilość tłuszczu i węglowodanów w nim zawarta wspomaga odżywianie. Przeważna część ludzi może bez szkody na trawienie spożyć 100—200 gr. czekolady dziennie. Cukry i owoce suszone (rodzynki, śliwki, jabłka itp.) smakują w drodze wyśmienicie i orzeźwiająco skutkiem zawartości cukru i kwasów organicznych. Owoce suszone przedstawiają dla żywienia turysty wartość i z tego względu, że zastępują choć w części brak jarzyn, jaki w czasie wycieczek górskich szczególnie odczuwać się daje. Uczynić temu zapotrzebowaniu jest rzeczą trudną, gdyż noszenie ze sobą większego zapasu jarzyn ze względu na zbytni ciężar jest niepożądane. Jarzyny, jakie w handlu się pojawiają w formie skoncentrowanej wymagają zbyt długiego czasu do rozgotowania. W różny też sposób starają się turyści wynagrodzić sobie ów brak jarzyn. Zabierają n. p. ze sobą w drogę główki świeżej cebuli, rzepy,. rzodkwi i t. p., które pocięte w płatki z solą, chlebem i masłem stanowią bardzo przyjemną dla podniebienia odmianę, a przytem budzą łaknienie.

Z napojów używanych w czasie wycieczek na pierwszem miejscu wymienić należy mleko. Nie tylko gasi pragnienie, ale równocześnie skrzepia znakomicie, w skład jego wchodzą bowiem wszelkie potrzebne składniki odżywcze i to w stanie nader łatwo strawnym. Ponieważ mleka przenosić w zwykłym stanie nie możemy, ograniczyć się musimy do jego użycia tylko po halach i schroniskach.

Do pewnego stopnia można brak mleka wśród zapasów powetować zabieraniem przetworów mlecznych w postaci t. zw. mleka skondenzowanego. Z tych najlepszem jeszcze okazało się „mleko Nestléa“, znajdujące się w handlu w puszkach cynowych. Przedstawia się jako gęsta syrupowata masa, uzyskana przez odparowanie i zagęszczenie mleka ze znacznym dodatkiem cukru, która rozcieńczona w odpowiednim stosunku wodą, daje płyn wyglądem i smakiem do mleka świeżego zbliżony, tylko znacznie słodszy i nieco mdły. Jako napój w tej formie z tego względu się nie nadaje, jednak jako dodatek do herbaty względnie kawy może być mleko to wcale

użyteczne. Lepsze prawdopodobnie zastosowanie znajdą wprowadzone w ostatnich czasach w handel przetwory mleka w stanie sproszkowanym. Jestto mleko świeże odparowane do suchości w specyalnych urządzeniach, mające tę wyższość nad mlekiem skondenzowanem, że nie zawiera cukru i posiada smak przyjemniejszy, a — co równie ważne — przedstawia formę wygodną dla transportu.

Ulubionym napojem w górach jest herbata. Każdy podróżujący w górach miał sposobność poznać ożywiający wpływ tego napoju. Zarówno herbata jak i kawa zawdzięczają podniecające swe działanie w pierwszym rzędzie obecności alkaloidu zw. kofeiną, który już w małych dawkach działa podniecająco na serce, w dużych zaś trująco. Działanie skrzepiające na ustrój tych napojów nie należy więc rozumieć w ten sposób, jakoby z nich ustrój otrzymywał nowy zasób energii. Jestto wpływ czysto nerwowy. Mięsień przepracowany, wyczerpany, posiada zawsze jeszcze pewien zasób energii zapasowej, którą dopiero pod wpływem bardzo energicznego bodźca wyładowuje. Podobnie jak koń przemęczony pod wpływem razów bicza na nowo zrywa się do pracy i wykonuje ją dotąd, póki się zupełnie z sił nie wyczerpie, podobnież i środki zawierające kofeinę podniecają drogą nerwów układ mięśniowy wraz z sercem do żywszej pracy, ale dzieje się to kosztem owej siły zapasowej, skoro zaś ta się wyczerpie, a zasób jej nie zostaje pokryty dowozem nowych ilości pokarmów, mięsień staje się niezdolnym do dalszej pracy pomimo nowych podniet. Dlatego też napoje te podniecające, w rodzaju herbaty i kawy, służą znakomicie w czasie wypoczynku po trudach dłuższego pochodu. Dzięki swej woni i ogrzaniu pobudzają łagodnie także i czynność trawienia — jednem słowem działają orzeźwiająco i skrzepiająco tembardziej, że użyciu ich towarzyszy zwykle przyjęcie większej lub mniejszej ilości środków odżywczych istotnie siłotwórczych. Natomiast posilania się w czasie pochodów i wysiłków kawą czarną, względnie większemi ilościami herbaty z manierki, jak to niektórzy turyści czynić zwykli, uważać należy za środek obosieczny. Akcya serca i płuc, wzmożona nadzwyczaj silnie wskutek pracy mięśni, zostaje spotęgowana działaniem tych środków jeszcze bardziej, skutkiem czego łatwiej przyjść może do wyczerpania. Z tych samych powodów jest rzeczą nierozsądną pokrzepianie się przed wyruszeniem w drogę większemi ilościami kawy czarnej. O ile filiżanka kawy zabielonej obficie mlekiem lub śmietanką z dodatkiem chleba lub bułki, hojnie okraszonej masłem, pokrzepia na drogę, użycie większych ilości napoju tego w naparze czystym w tych warunkach działa raczej szkodliwie, niż dodatnio. Herbata i przybory do przyrządzania jej naparu należą do nieodzownych przedmiotów wyprawy turysty przy wszelkich dalszych wycieczkach. Przy urządzaniu wycieczek zbiorowych zaleca się noszenie wspólnego kociołka na herbatę. Kociołek

taki w formie imbryka (kotlik) przyjął się ogólnie wśród taterników. Kilka suchych gałązek kosodrzewiny, wiązka chrustu, woda do wypełnienia kociołka — a w przeciągu krótkiego czasu nad roznieconą „watrą“ kipi wonny wrzątek, ożywiający ochoczą drużynę.

Każdy z członków winien być zaopatrzony w naczynie na herbatę w postaci płaskiego kubka cynowego lub aluminiowego z ruchomem uszkiem do trzymania.

Mówiąc o napojach, trudno pominąć sprawę użyteczności wzgl. szkodliwości napojów wyskokowych, sprawę, która szeroko w kołach turystów roztrząsaną bywa. W kwestyi tej »za i przeciw« nie brak zastępu zwolenników zarówno w teoryi jak i praktyce. Zwyczaj używania alkoholowych napojów w czasie wycieczek jest niestety pośród turystów u nas bardzo rozpowszechniony. Każdy, kto zwiedza, choćby przez krótki czas, nasze Tatry, może naocznie o tem się przekonać. Świadczą o tem choćby zwykłe miejsca popasu, szczyty, przełęcze, otoczenia schroniska — zdobne obficie w opróżnione flaszki i czerepy z butelek wina, wódki a nawet i piwa.

(C. d. n.)

Sprawy Towarzystwa hygienicznego.

Posiedzenie naukowe Tow. hygienicznego odbyło się dnia 13. listopada br. — Dr. Eugeniusz Piasecki przedstawił pulpit przenośny do pisania, rysowania i. czytania (patrz art. wstępny). Poprzedził demonstracyę nader zajmującym wykładem: „Z hygieny zajęć siedzących“. W ożywionej dyskusyi zabierali głos p. Ihnatowicz, Dr. Szpilman, który omówił zagraniczne modele ławek najnowszego systemu, Gedroyć i inni. Po odpowiedzi prelegenta i zamknięciu posiedzenia prowadzono dalej prywatną pogadankę na ten sam temat i obecni czynili próby pracy przy przedstawionym pulpicie. Szczególnie członkowie sfer zajętych pracą w biurach i urzędach stwierdzali wygodną nienużącą pozycyę ciała, do przyjęcia której pracujący przy pulpicie jest mimowolnie zmuszonym. Wyrażono też życzenie, aby pulpit znalazł najrychlej próbne zastosowanie dla ludzi piszących całymi dniami po biurach i aby najrychlej po okresie próbnym stał się pulpit znowu przedmiotem dyskusyi.

PROTOKÓŁ

II. posiedzenia Wydziału Towarzystwa hygienicznego odbytego dnia 5. listopada 1906.

Obecni: Przewodniczący Dr. Obtułowicz, Dr. Mikołajski, Dr. Zagórski, Sklepiński, Dr. Piasecki, Dr. Szpilman, Dr. Grabowski, Dr. Festenburg Dr. Panek.

Porządek dzienny: 1. Sprawozdanie skarbnika. 2. Sprawa wycieczek i posiedzeń naukowych. 3. Sprawa filii Towarzystwa. 4. Ukonstytuowanie sekcyi szkolnej. 5. Sprawozdanie Dr. J. Szpilmana ze zjazdu w Genewie.

Skarbnik p. Sklepiński przedstawia stan kasy. Prof. Dr. Grabowski rachunki z administracyi „Przeglądu hygienicznego“. — W sprawie wycieczek urządzonych staraniem Tow. hygienicznego nadmienia Dr. Obtułowicz, iż zamierzone zwiedzenie Zakładu w Kulparkowie celem poznania urządzeń kanali-

zacyi i budynków szpitalnych, jakoteż baraku dla chorób zakaźnych nie przyszły do skutku wobec niewykończenia tych zakładów.

W sprawie posiedzeń naukowych podnosi Dr. Pisek, aby Tow. hygien. zabierało od czasu do czasu głos w kwestyach hygieny społecznej, jako czynnik doradczy. W pierwszym rzędzie jest wnioskodawca zdania, aby zajęło się ono kwestyą hygieny szkolnej. Wydział Tow. mógłby zwiedzać kolejno szkoły w mieście naszem a stwierdziwszy ich wady i braki ze stanowiska hygieny w odpowiedni życzliwy sposób przedstawiać je właściwym władzom wraz ze wskazaniem stosownych środków zaradczych.

Prof. Dr. Szpilman sądzi, że zwiedzanie szkół i ocena braków tychże przez Tow. hyg., jako ciało zbiorowe, nie dałoby pożądanych rezultatów. Sądzi, że celowi temu odpowiadałaby najlepiej komisya, wybrana z łona Tow. hyg., złożona z kilku osób, któreby w tym kierunku wyspecyalizować się chciały. W tym wypadku mogłaby zadanie to spełniać sekcya szkolna — przedstawiałaby po zbadaniu stanu rzeczy referaty w tej sprawie, poddając je dyskusyi na posiedzeniach naukowych Tow. hyg. Zabierali głos Dr. Pisek, Mikołajski, Grabowski.

Dr. Piasecki zgłasza na najbliższe posiedzenie naukowe Tow. hyg. swój wykład „O hygienie zajęć siedzących“ połączony z demonstracyą odpowiedniego pulpitu własnego pomysłu. Oznaczono dzień wykładu na poniedziałek 3. listopada b. r.

Dr. Pisek zgłasza również wykład na następne posiedzenie p. t. „Obowiązki gminy wobec gruźlicy w mieście“ (pos. naukowe Tow. hygien. w dniu 3. grudnia o godz. 6).

Prof. Dr. Szpilman, czyniąc zadość prośbie Wydziału, zgadza się przedstawić sprawozdanie ze zjazdu hyg. w Genewie na jednem z późniejszych posiedzeń.

Przewodniczący Dr. Obtułowicz nadmienia, iż stosownie do wniosku Wydziału posłał pismo z życzeniami na ręce komitetu zjazdu w Genewie, na którem Prof. Dr. Szpilman Tow. hyg. lwowskie reprezentował. Oznajmia równocześnie, iż starania w celu utworzenia filii Tow. hyg. w kraju pomyślne dają rezultaty, gdyż obecnie już kilku lekarzy powiatowych zażądało statutu Tow. hyg. celem założenia oddziałów w swoich okręgach.

Na wniosek Prof. Dr. Szpilmana postanowiono na najbliższe posiedzenie Wydziału zaprosić członków przedstawionych do składu sekcyi szkolnej. Posiedzenie w tej sprawie odbędzie się 3. grudnia br. o godz. $5\frac{1}{2}$ w lokalu Tow. lekarskiego Dominikańska 11.

Sekretarz — Prezes

Dr. Panek. — *Dr. Obtułowicz.*

Sprawy Towarzystwa „Ochrona Młodzieży“.

II. Sprawozdanie z czynności Wydziału za czas od 6. listopada 1905 do 17. listopada 1906 (w streszczeniu).

Wydział, obrany na I. Walnem Zgromadzeniu, dokonał wyboru dwóch komisyj, jednej dla akcyi odczytowej i publikacyjnej, drugiej dla akcyi petycyjnej, mającej na celu przygotowanie reform ustawodawczych i administracyjnych w duchu celów Towarzystwa. Członków liczy Towarzystwo: wspierających

6, czynnych 146, zatem razem 168, czyli o 39 więcej, niż w roku ubiegłym. W ciągu roku przybyło 4 członków, umarło 3.

Wydział odbył 12 posiedzeń i urządził ośm pogadanek w miesiącach zimowych. Pogadanki te rozpoczął Radca Dr. K. Petelenz, przedstawiając trudności wychowania młodzieży wśród dzisiejszych warunków, a Dr. Piasecki podał uwagi co do fizycznego wychowania młodzieży. Nakładem Towarzystwa wydano dwie broszury: I. „Czy wstrzemięźliwość płciowa szkodzi zdrowiu?“ Zdania 25 powag lekarskich różnych krajów w dosłownym przekładzie. (Cena 6 hal.). II. „Jak chronić naszych synów“. (Cena 10 hal.).

Wydział odniósł się do posłów Dr. St. Starzyńskiego i Prof. Dr. St. Głąbińskiego, by przy ewentualnej zmianie ustawy przeciw pijaństwu jak również ustawy prasowej przeprowadzili, czy w komisyach, czy w Radzie państwa, postulaty Towarzystwa w petycyi do Ministerstwa sprawiedliwości w r. 1905 wniesione.

Wskutek starań Wydziału odbędzie się wkrótce ankieta w sprawie obmyślenia środków i sposobów, zapewniających skuteczne przestrzeganie przepisów, jakie w myśl petycyi Towarzystwa Rada m. Lwowa ma zamiar uchwalić w sprawie wyszynku napojów alkoholowych dla młodzieży szkolnej.

Walka z pornografią dała Wydziałowi zwycięstwo nad dwoma pismami — dwa jeszcze w przyszłości zwalczyć należy.

Akcya, rozpoczęta przez Wydział w sprawie zapewnienia odpowiedniego umieszczenia młodzieży, zapowiada się dobrze — umieszczono za pośrednictwem Wydziału 45 dzieci po domach, za które Wydział przyjął na siebie pełną odpowiedzialność.

W przypadku złamania karności ze strony większego zastępu młodzieży szkolnej, wyjednywał Wydział złagodzenie kary, a w sprawie przywrócenia dwukrotnej nauki w szkołach interweniował wraz z prezydyum innych Towarzystw (patrz komunikat Tow. hyg. zeszyt 3).

Na podstawie układu z Tow. hygien. lwowskiem zyskało Towarzystwo swój organ w „Przeglądzie hygienicznym“.

Rozwój Towarzystwa przedstawia się pomyślnie, zamknięcie kasowe wykazuje skromną nadwyżkę 373 K 88 h.

Z uznaniem podnieść wreszcie należy, że ze strony Prezydyum miasta i Reprezentacyi miejskiej, ze strony prasy codziennej, innych Towarzystw oraz osobistości, zajmujących się kwestyą wychowania młodzieży, doznawał Wydział poparcia, za które wymienionym składa podziękowanie.

Protokół III. Walnego Zgromadzenia

odbytego dnia 17. listopada 1906.

Przewodniczący p. Bolesław Lewicki, stwierdziwszy wymagany statutem komplet, zagaił posiedzenie krótką przemową, w której wskazał na ważność i doniosłość zadania Towarzystwa dla przyszłości narodu, następnie zwracając się do obecnych na zgromadzeniu Matek zachęcał je do popierania celów Towarzystwa przez zapisywanie się w szeregi członków, przez wzajemną wymianę myśli na pogadankach urządzanych przez Towarzystwo, w końcu poświęcił gorące wspomnienie zmarłym w ubiegłym roku członkom Towarzystwa: Radcy dworu Piusowi Twardowskiemu, Władysławowi Zontakowi, kustoszowi Muzeum Dzieduszyckich i Napoleonowi Łuszczkiewiczowi, architekcie, których pamięć zgromadzeni uczcili przez powstanie.

Z kolei odczytał sekretarz Towarzystwa Dr. W. Wróbel sprawozdanie z działalności Zarządu za czas od 6. listopada 1905 do 17. listopada 1906

a komisya rewizyjna przez p. Fr. Żmudzińskiego z rachunków przeprowadzonych przez skarbnika za rok administracyjny. Oba sprawozdania zgromadzeni przyjęli i udzielili Zarządowi absolutoryum.

Przed przystąpieniem do wyboru nowego Zarządu p. J. Ihnatowicz uczynił umotywowany wniosek, by Wydział postarał się o katalog książek stosownych do lektury dla młodzieży. Nad tym wnioskiem rozwinęła się ożywiona dyskusya, w której oprócz wnioskodawcy zabierali głos panowie: J. Chołodecki, Włodz. Żuliński, Feldstein, ks. B. Ziemiański, Fr. Żmudziński oraz panie H. Weydlich i K. Gorzycka. Wniosek uchwalono i przekazano wraz z cennemi uwagami, jakie się wyłoniły podczas dyskusyi, nowemu Wydziałowi do rozpatrzenia i wykonania.

P. Fr. Żmudziński uczynił nadto samoistny wniosek, aby Towarzystwo wyjednało u Rady szkolnej krajowej, by w czytankach i wypisach uwzględniono w jak najobszerniejszej mierze hygienę.

W końcu przeprowadzono wybór nowego Wydziału i Komisyi rewizyjnej. Przewodniczącym wybrano ponownie p. Bolesława Lewickiego. Jako członkowie Zarządu wybrani zostali pp.: Dr. Antoni Blumenfeld, Józef Chołodecki, Fryderyk Kunzek, Edward Machan, Stanisław Majerski, Edward S. Naganowski, Michał Osada, Dr. Bronisław Owczarski, Dr. Maksymilian Thullie, Dr. Walenty Wróbel.

Do Komisyi rewizyjnej wybrani zostali pp. Dr. Władysław Sołowij Włodzimierz Zieliński, Franciszek Żmudziński.

Po wyczerpaniu porządku dziennego przewodniczący podziękował zgromadzonym za liczny udział i zamknął posiedzenie.

Sekretarz	Przewodniczący
Dr. Walenty Wróbel.	*Bolesław Lewicki.*

SPRAWOZDANIA I STRESZCZENIA.

***E. Esmarch.* Ogrzewanie się mieszkań pod wpływem słońca** *Zeitschr. f. Hyg. T. 48.*

Wzrost ciepłoty wewnątrz domów mieszkalnych skutkiem działania słońca zależy w znacznym stopniu od rodzaju pokrycia dachu i odpowiednich urządzeń okien, jak to autor przy pomocy nader pojedynczego urządzenia stwierdza. Do tego celu używa mianowicie 2 skrzyń drewnianych, wewnątrz płytami korkowemi wyłożonych i powleczonych białą farbą olejną, których nakrywy (wieka) szczelnie przylegające sporządzone były z rozmaitego materyału, jakiego się powszechnie do pokrycia dachu używa. Skrzynie te wystawia autor na działanie promieni słonecznych, możliwie prostopadłych, mierząc po upływie pewnego czasu ciepłotę wewnątrz tychże. Z doświadczeń tych wynika, że podwyższenie ciepłoty w tych warunkach zależy głównie od własności przewodzenia ciepła danego materyału: dachówka (cegła) chroni lepiej przed słońcem, niż łupek, ten ostatni lepiej, niż papa smolna lub blacha cynkowa. Bardzo skutecznie wstrzymuje ciepło słoneczne warstwa izolacyjna z drzewa, założona bezpośrednio pod dachem. Ważną w tym względzie jest także barwa dachu: przy użyciu czarnego drzewa ciepłota wewnątrz skrzyń po 2 godzinach naświetlenia podnosiła się 2 razy wyżej, niż przy drzewie białem. Przy zasłonach

okien oprócz barwy wchodzi w rachubę i gęstość tkaniny. Pojedyncze zasłony lniane chronią dobrze przed gorącem, lepiej jeszcze podwójne. Również i okna podwójne jakoteż żaluzye przeszkadzają znacznie nagrzewaniu. Autor pochwala wreszcie zwyczaj obsadzania ścian winogradem, powojem i t. p., jako nader skuteczny sposób ochrony przed ciepłem. Zarzut zawilgacania murów skutkiem bujania roślinności odpiera jako nieuzasadniony.

Köttgen i *Steinhaus*. **Oczyszczanie izb szkolnych przy użyciu „olejów od kurzu"**. *Centralblatt für allgem. Gesundheitspflege 1904.*

Wskazując na szkodliwości, wynikające dla zdrowia dziatwy szkolnej skutkiem nadmiernego zanieczyszczenia kurzem powietrza w izbach szkolnych, zastanawiają się autorzy nad sposobami usuwania kurzu, omawiając dotychczasowe piśmiennictwo w tym kierunku. Przytaczają w dalszym ciągu szereg własnych doświadczeń, przeprowadzonych w izbach szkolnych w czasie nauki i podczas czyszczenia tych ostatnich. Na podstawie tych doświadczeń dochodzą autorzy do następujących wniosków:

Dotychczasowe sposoby oczyszczania izb szkolnych nie odpowiadają wymogom hygieny. Znaczne zmniejszenie ilości kurzu w izbach szkolnych, jakoteż łatwiejsze oczyszczanie tychże daje się osiągnąć przez napuszczanie podłóg olejami zatrzymującymi kurz. Ponieważ więc oleje te przyczyniają się w znakomitym stopniu do oczyszczania powietrza w klasach, należy zastosowanie tychże gorąco zalecić, zarówno ze względu na zdrowie nauczycieli i uczniów, jakoteż i obsługi zajmującej się czyszczeniem izb. Znaczniejszych różnic w działaniu rozmaitych odmian olejów od kurzu (olej Dustlea, niemiecki olej do podłóg) autorowie w badaniach swych stwierdzić nie zdołali. Ujemne strony użycia tych olejów, jak również i koszta, które częstsze użycie tychże za sobą pociąga, nie powinny wchodzić pod uwagę wobec doniosłych korzyści dla zdrowia.

Dr. P.

Hygiena społeczna.

Produkcya i konsumcya piwa. W Galicyi wyrobiono 1,265.327·66, dowieziono 84.810·08 hektl. piwa w ciągu roku 1905. Potrącając wywóz 44.777·05 hektolitrów, wynosi ogólne zużytkowanie piwa w Galicyi 1,305.370·69 hektolitr. tj. przeciętnie na głowę **17·15** litrów (spis ludności w 1900 r. + przypuszczalny przyrost za 5-lecie). Tymczasem w innych krajach koronnych stosunek ten jest wyższym: w Czechach 123·62, na Morawie 69·94, Szląsku 55·81, Bukowinie 18·66 litrów przeciętnie na głowę. (Ze sprawozdania Biura opłaty konsum. od piwa we Wydziale krajowym za rok 1905).

Zapobieganie racyonalne zakażeniu. Najważniejszą bronią nowoczesnej hygieny bywa ochrona organizmu ludzkiego w zetknięciu z drobnoustrojami szkodliwemi. Ponieważ jednak mimo całej tej walki nie można dojść do rezultatów pozytywnych, do zniszczenia i wytępienia drobnoustrojów, twierdzi M. Valentino, że urządzenia ochronne, zawodzące tak często w krytycznej chwili, dadzą tem gorsze wyniki na przyszłość, im dłużej będą bez krytycyzmu należytego stosowane. Zbytnie ochranianie dzisiejszego pokolenia, wytwarza poważne niebezpieczeństwo dla potomków. We wszystkich przypadkach zakażenia, gdzie podstawą choroby jest rozprzestrzenienie się drobnoustrojów w organizmie, jak to się zdarza w tyfusie, ospie, szkarlatynie, gruźlicy, syfilisie, możemy stwierdzić mniej lub więcej wybitne uodpornienie osobnika. W chorobach zaś, gdzię drobnoustroje, zlokalizowane w miejscu zakażenia, toksynami dzia-

łają na zatrucie organizmu — np. w tężcu, w cholerze, dyfteryi — nie widzimy żadnego uodpornienia. W zakażeniach tego rodzaju zatem będzie pożądanem stwarzać ochronny wał dla człowieka. Ta sama ochronna praca jednak da w zakażeniach innego rodzaju wprost niekorzystne wyniki. Przeciwnie należy życzyć sobie ze względu na przyszłe pokolenie, żeby takie zakażenia, z których osobnik po walce z drobnoustrojami wychodzi zbrojny w siłę odporną, wogóle zdarzały się, aby część tej siły na mocy praw dziedziczności została przekazaną potomkom. *Dr. Flora Mira Ogórek.*

Epidemia płonicy w Łodzi. Jako środek walki z epidemią zastosowano organizacyę lekarzy sanitarnych. Z początku było ich 12, teraz jest ich na stałe czterech. Do obowiązku ich należało zwiedzanie wszystkich szkół elementarnych rządowych i prywatnych, usuwanie z nich dzieci, które przebyły chorobę, budzącą podejrzenie szkarlatyny, albo odwiedzały domy, w których choroba ta panowała, wydanie nakazu zamknięcia szkoły, w razie stwierdzenia przypadku w tym samym lokalu i zarządzenie dezynfekcyi lokalu w razie, gdy usunięto podejrzane osoby — sprawdzanie doniesionych obowiązkowo przez nauczycieli przypadków zachorowania ucznia lub członków rodziny, wzgl. współmieszkańców jego, unieszkodliwienie takich źródeł zarazy, jak sklepiki spożywcze, mleczarnie, magle, piekarnie, pralnie, wszelkie warsztaty, pracownie i t. p. Lekarze praktykujący mają obowiązek notowania na kartkach sanitarnych, że chory na płonicę leży w lokalu zajętym przez jakieś przedsiębiorstwo przemysł.-handl. i t. p., a lekarze sanitarni po otrzymaniu takiej kartki mają obowiązek udawania się na miejsce i zarządzenia zamknięcia zakładu, dopóki chory nie zostanie przewiezionym, a lokal odkażonym, wszystko to zarządzają pod rygorem kary sądowej, nie zaś administracyjnej.

Działalność tej organizacyi zaznaczyła się jako pożyteczna — stwierdzono przytem, że szkoła nieznacznie przyczynia się do szerzenia płonicy, a odkażanie, które początkowo natrafiało na trudności, obecnie coraz częściej bez nich się odbywa, nawet interesowani sami się zgłaszają z prośbą o jej przeprowadzenie. — Także opinia, dotycząca szpitalnego leczenia i umieszczania chorych w szpitalach, znacznie się poprawiła.

Cudowne środki lecznicze i specyfika. W parlamencie związku australijskiego przyjęto w sprawie cudownych środków i specyfików wniosek zdążający do ukrócenia ich rozpowszechniania — na etykiecie lub opakowaniu ich ma być podany skład i budowa chemiczna tych wytworów, cierpienia, przeciw którym służyć mają, a przy wwozie w granice związku mają być badane dokładnie co do istoty i wartości leczniczej.

KRONIKA.

Prof. Dr. Brouardel, redaktor Annales d' hygiéne publique et de médicine légale, czynny pracownik na polu hygieny społecznej, zmarł 23. lipca br. pozostawiając szereg cennych prac — ostatnie lata swoje poświęcał sprawie zwalczania gruźlicy.

Osobiste. Doc. dr. Paweł Kučera mianowany nadzw. prof. hygieny a dotychczasowy profesor hygieny dr. Stanisław Bądzyński profesorem chemii lekarskiej w lwowskim uniwer. Doc. pryw. farmakognozyi dr. Jerzy Modrakowski zamianowany asystentem przy katedrze hygieny.

Redaktor „Nowin lekarskich“ Dr. Heliodor Święcicki ustąpił z naczelnego kierownictwa redakcyi, a miejsce jego zajął Dr. Stanisław Łaza-

rewicz. Znane są dobrze zasługi ustępującego Redaktora, który dzierżył swoje stanowisko, przynosząc chwałę prasie lekarskiej polskiej, to też jednomyślne uznanie tej prasy, powszechna wdzięczność lekarzy polskich jest zasłużoną nagrodą.

Nowemu Redaktorowi zasyłamy życzenia, aby, pamiętając o znaczeniu tego pisma kresowego, utrzymał je na dotychczasowej wyżynie.

Zwalczanie gruźlicy w budżecie Austryi. J. Exc. Minister skarbu Dr. Korytowski jest pierwszym twórcą pozycyi: »*2 miliony koron na cele zwalczania gruźlicy*« w budżecie austryackim—należy się Mu też uznanie ze strony hygienistów, którzy od dawna wskazują na to, że fundusze publiczne w walce z tą chorobą powinny być użyte. Nie wątpimy, że wobec rozmiaru potrzeb jest to kwota skromna, lecz dowodzi, iż Rząd, uznając od dawna potrzebę walki z gruźlicą, poprzeć ją funduszami publicznymi zamierza.

Kwotę tę jednak należy w interesie sprawy odpowiednio użyć, aby ofiara społeczna dobrze cel społeczny osiągnąć mogła. Z prasy codziennej i fachowej dowiadujemy się, że Tow. »Viribus Unitis« ma kwotę tę do rozporządzenia otrzymać i procenta od niej na swoją dotychczasową działalność zużyć. Towarzystwo to rozpoczęło swój żywot przed czterema laty pod protektoratem Cesarza. W skład honorowego prezydyum wchodzą b. Prez. Min. Dr. Koerber i hr. Lützow, przewodniczy Dr. hr. Larisch, ks. Liechtenstein i Dr. Loew — ministerstwa: spraw wewn., oświaty, handlu i skarbu mają swoich zastępców. Działalność swoją rozszerza to Towarz. na całą Austryę, a dotychczas posiada pomocnicze krajowe stowarzyszenia w Czechach, Morawie, Szląsku i Krainie — liczba stowarzyszeń należących do tego związku wynosi około 100.

Zdaje się jednak, że wobec potrzeb nie zupełnie szczęśliwą okaże się myśl unieruchomienia kapitału dla zabezpieczenia dalszego akcyi zwalczania choroby. Raczej należałoby na kapitał zakładowy część zużytkować, chyba bowiem wątpliwości nie ulega, że Rząd wstawiając raz w budżet pozycyę na zwalczanie gruźlicy, nietylko ją stale utrzyma, ale niewątpliwie wobec rozmiarów klęski powiększać będzie ją statecznie, a zwłaszcza, gdy subwencya widoczne przyniesie korzyści.

Kursa pielęgnowania chorych. Kurs samarytański w Krakowie dla kobiet od 15. listopada do 3. grudnia b. r. urządzony staraniem związku kobiet katolickich. Wykłady i ćwiczenia prowadzą profesorowie i docenci oraz inspektorowie zakładu badania środk. spoż. — W Wiedniu od 13. listopada odbywa się kurs, mający na celu wśród szerokich kół rozszerzać wiadomości, jak należy pielęgnować chorych w rodzinie; nie kształci on jednak zawodowych pielęgniarzy i dozorczyń chorych.

Fabryka p. Stanisława Gurgula. Fabryka Gurgula w Jarosławiu uległa pożarowi, lecz nam donoszą, że budynek, w którym się fabrykuje mączkę odżywczą zdołano uratować w zupełności. Wiadomość to ważna, gdyż tak ruchliwa firma przemysłowa krajowa, której wyroby dorównują obcym wytworom tego rodzaju, a nawet je przewyższają, zasługuje na poparcie.

Odczyty i wykłady.

Galicya za Jędrzeja Krupińskiego protomedyka (1772—1784) odczyt Dr. Szumowskiego w Tow. lek. lwowskiem przedstawił obraz smutnych stosunków sanitarnych w Galicyi za panowania Maryi Teresy.

Na posiedzeniu naukowem Towarzystwa hygienicznego we Lwowie przedstawił dr. Eug. Piasecki pulpit przenośny do pisania, rysowania i czytania własnego pomysłu.

„Obowiązki gminy wobec gruźlicy w mieście“ odczyt wygłosi Dr. Pisek na posiedz. nauk. Tow. hyg. dnia 3. grudnia o godz. 6 w sali Tow. lek. ul. Dominikańska 11. Wobec niezmiernej doniosłości samej sprawy i naglącej potrzeby przedsięwzięcia środków zaradczych i ochronnych przeciw tej groźnej pladze szczególnie wśród ludności miejskiej, głos prelegenta, znakomicie obeznanego ze stosunkami, panującymi w naszem mieście, jest nadzwyczaj pożądany.

Wydział Tow. hyg. zaprasza członków Towarzystwa i Osoby interesujące się tą sprawą do wzięcia udziału w posiedzeniu i ma nadzieję, że sprawa tak ważna zainteresuje szerokie koła mieszkańców Lwowa. Wstęp wolny.

W Warszawie w szkole handl. 7-io klas. założonej przez A. Jeżewskiego zorganizowano seryę odczytów z dziedziny hygieny dla uczniów tejże szkoły według następującego programu: Dr. Nussbaum „Hygiena odżywiania“ — Dr. Higier „Hygiena pracy fizycznej i umysłowej“, — Doc. dr. Janowski „O alkoholizmie“ — Dr. Wernic „Hygiena miast“ — Dr. Dobrzycki „O oddychaniu“, — Dr. Flaum „O krążeniu krwi“ — Dr. Wernic „Sprawy seksualne“ — Dr. Jeżewski „Hygiena jamy ustnej“ — Dr. Nussbaum „Etyka i hygiena“ — Dr. Leon Karwacki „O chorobach zakaźnych“ — Dr. Turski „Hygiena życia codziennego“ — Dr. Grudziński „Hygiena mieszkań“ — Dr. Wernic „Rozwój embryona“ (Zdrowie).

Zjazdy i Wystawy.

X. Zjazd lekarzy i przyrodników we Lwowie. Stała Delegacya zjazdów lekarzy i przyrodników polskich postanowiła zwołać X zjazd do Lwowa nieodwołalnie w lipcu 1907 r. Na przewodniczącego zjazdu powołano Dr. W. Bylickiego, zastępcę Prof. Dr. M. Raciborskiego, sekretarza Doc. Dr. A. Szulisławskiego, podskarbiego Dr. J. Papeégo. Wydział gospodarczy odbył dnia 21. listopada br. pierwsze posiedzenie pod przewodnictwem nowego prezydyum. Uchwalono: 1. odbyć zjazd w dniach 22—25 lipca 1907 (21 lipca wieczorne zebranie członków zjazdu), 2. przygotowany przez poprzednie prezydyum program zjazdu z małemi zmianami osobistemi co do gospodarzy sekcyj rozesłać najrychlej, 3. utworzyć sekcyę dydaktyczno-przyrodniczą i powołać na gospodarzy prof. Twardowskiego i Wiśniowskiego. 4. posiedzenie zbiorowe wszystkich sekcyj poświęcić sprawie rakowego nowotworu, 5. odbycie się posiedzenia zbiorowego w sprawie alkoholizmu ma zadecydować ścisły komitet gospodarczy, 6. urządzić „Wystawę przyrodniczo-lekarską i hygieniczną X zjazdu lekarzy i przyrod.“ — ma ona trwać od 16 czerwca do końca zjazdu, dyrektorem wystawy jest Dr. Kalikst Krzyżanowski. — Namiestnictwo.

Szczegółowy program zjazdu i wystawy wkrótce rozesłanym będzie.

Wystawa hygieny środków spożywczych i przemysłu w Anvers w kwietniu do czerwca w r. 1907. Sekretaryat Anvers 30. rue d' Arenberg.

I. Kongres hygieny środków spożywczych odbył się w Paryżu od 22—27 października r. b. Poprawienie ogólnych warunków życia było pobudką do zwołania pierwszego w tym kierunku kongresu, którego patronat objął prezydent republiki franc., a honorowe przewodnictwo całe ministerstwo. Rzeczywistym przewodniczącym był Dr. H. Ricard, prezes Tow. hygieny środków spożywczych, sekretarzem gener. p. Nourry, sekretarzami Dr. H. Rothschild, dyr. polikliniki im. Rothschilda i Dr. Raczkowski, chemik głównego labor. w Paryżu. Biuru paryskiemu oddziału naukowego przewodniczyli, jako honorowy prezes, słynny chemik prof. Bertholet i prez. Bouchard i Gautier.

W 12 sekcyach były na porządku dziennym liczne referaty, dotyczące zajmujących kwestyi.

I. Sekcya. Fizyka biologiczna (energetyka). 1. Metody kalorymetryi u ludzi (sprawod. Atwater, pani Dr. Pompilian i Lefèvre). 2. Ciepło ustroju ludzkiego zależnie od wieku i klimatu. 3. Mierzenie pracy fizyologicznej (spr. Dr. Weiss, Prof. Zenger—Praga, Lefèvre). 4. Mierzenie pracy mięśniowej przy różnych zajęciach (spr. Tissot, Camus, Prof. Imbert i Lefèvre). 5. Mierzenie pracy umysłowej (spr. Henry). 6. Metody i formuły energetyki, sprawdzenie jej potrzeb (spr. Solvay z Brukseli, Henry, Prof. Laulanié z Tuluzy i Lefèvre).

II. Sekcya. Chemia biologiczna i fizyologiczna. 1. Obecny stan wiadomości o teoryi odżywiania. Określenie warunków normalnego odżywiania. Minimum organicznych i nieorganicznych pożywek oraz napojów potrzebnych. Wartość współczynnika oddechania. Wpływ mineralizacyi na tworzenie się tkanin. Rola substancyi koloidalnych w odżywianiu. Zaczyny rozpuszczalne i uorganizowane wobec trawienia i odżywiania (spr. Prof. Gilbert, Dr. Netter, Dr. Desgrez, Dr. Gaube du Gers, Prof. Lambling, V. Henri, Dr. Gaultier, M. Fauvel, Prof. Robin, Prof. Bunge). 2. Ścisłe określanie wartości spożywczej pokarmów. Czy wystarczy badanie izodynamiczne składu poszczególnych racyi z uwzględnieniem minimum materyi białkowych i mineralnych związków (spr. Prof. Gautier, Lefèvre, Prof. Héger). 3. Wartość cukru w pokarmach (spr. Prof. Zuntz, Prof. Lambling, Prof. Chauveax, Lefèvre). 4. Strawność pożywek. Najodpowiedniejsza objętość (ilość) pokarmów. Trwanie odpoczynku po przyjęciu pokarmu. Krytyka metod oznaczania strawności. Wpływ przyrządzania pokarmów na ich strawność (spr. Dr. Hallopeau, Dr. Linossier, Dr. Bardet, Prof. Noorden — Wiedeń). 5. Skład chemiczny pożywek fizyologicznych. 6. Podział pożywek według ich fizyologicznego znaczenia. Znaczenie i niebezpieczeństwo pożywek działających na układ nerwowy. Wegetaryanizm (spr. Prof. Pouchet, Dr. Pascault, Fauvel, Dr. Lapicque, Lefèvre). 7. Czy alkohol jest pożywką. Nadużycie alkoholu (spr. Prof. Gautier, Dr. Camus, Dr. Pani Joteyko). 8. Sposoby ścisłe oznaczenla wartości odżywczej pożywek według ich cech fizykalnych i chemicznych celem oceniania wartości targowej (spr. Maquenne i Sidersky). 9. Jak działa wyjałowienie na florę drobnoustrojów w przewodzie pokarmowym i czy odżywienie może się przyczynić do uodpornienia naturalnego (spr. Prof. Charrin i Prof. Miecznikow). 10. Odżywianie niedostateczne, przekarmianie, choroby z tego powodu, dyeta chorych (gruźliczych, z dną, cukrówką i t. d.) (spr. Prof. Robin, Dr. Vaquez, Dr. Laufer).

III. Sekcya. Racyonalne odżywianie, dyetetyka. 1. Odżywianie się ludności różnych ludów z początkiem XX wieku, wartość fizyologiczna racyi spożywanych w różnych lokalach (Waxweiler, Héger, Slossé, Hirschfeld, Labbé, Tribot, Piéquet, Dr. Pani Joteyko). 2. Racye wystarczające do utrzymania w różnym wieku (Maurel). 3. Racye wystarczające stosownie do wzrostu i przy pracy, obliczenia, tablice ze składem pożywek (normy żywienia) (Prof. Atwater, Prof. König, Alquier, Labbé, Lefèvre). 4. Żywienie matek i osesków (Dr. Michel et Perret, Dr. Rothschild), młodzieży w rodzinach i pensyonatach (Dr. Le Gendre), robotników w fabrykach, pracowniach (Prof Imbert, Lefèvre), pracujących umysłowo (Dr. Fleury), robotników polnych (Prof. Grandeau), robotnic ręcznych (Dr. Pani Pompilian), żołnierzy (Balland, Dr. Drouineau), marynarzy (Léonard, Dr. Robert, Florand, Dr. Langlois), kolonistów (Dr. Loir, Prof. Reynaud), oddających się sportowi (Lefèvre).

IV. Sekcya. Chemia rozbiorowa — zafałszowania — ustawodawstwo. 1. Tablice składu chemicznego (ew. kalorymetryczne) pożywek w różnych krajach z uwzględnieniem części niestrawnych (Roux, Alquier, Siderski, Balland). 2. Czy można ściśle oznaczyć cechy fizyczno-chemiczne typów pożywek. 3. Me-

tody rozbioru: wina (Rocques i Roos), piwa (Fernbach i Effront), jabłeczniki (Kayser), napojów wyskokowych (Levy i Rocques), mleka (Raczkowski, Chassevant), masła (Muntz, Bellier, Silz i Crispo), serów (Trillat i Lindet), oliwy (Halphen, Bellier), tłuszczu wieprzowego (Jean), smalcu, margaryny, masła kokosowego (Wissmann); nowa metoda badania ciałek tłuszczowych (Prof. Haller), cellulozy w pożywieniu roślinnem (Prof. König). 4. Zafałszowania zwykłe w różnych krajach (Prof. Parodi z Kairu, Dr. Weil, Padé). 5. Kontrola towarzystw producentów celem zapobieżenia fałszowaniu produktów — doświadczenia zdobyte w Danii, Belgii i innych krajach. Spółki rolnicze. Świadectwa pochodzenia.

6. Szczegółowo omówiono: *a)* ujednostajnienie metod rozbiorów przy badaniu środków spożywczych w kierunku zafałszowań (André, Dr. Chassevant, Sidersky, Wiley, Bonn) — *b)* ujednostajnienie ustawodawstwa co do zafałszowań pokarmów i napojów (Grognard) — *c)* organizacyę nadzoru nad fabrykacyą, produkcyą i sprzedażą środków spożywczych w każdym kraju; stan obecny; ulepszenia; wymogi hygieniczne co do opakowania, składów i sprzedaży (Dr. Weil, Prof. Blarez). *d)* Laboratorya miejskie i ich działalność obecna — ulepszenia.

7. Czy ustawodawstwo zapobiegnie fałszowaniom i pod jakimi warunkami. 8. Experci środków spożywczych (Fayolle i Dervieux).

V. Sekcya. Bakteryologia — Toxykologia — Parazytologia. 1. Zmiany w mięsie: mikroby toxyczne (Netter); urządzenie rzeźni, hal, zamrażanie mięsa, mięso w ogólności, drób, ryby (Martel); pasorzyty w mięsie (Martel); pasorzyty w padlinie (Dervieux). 2. Jarzyny trujące — tworzenie się toksyn (Kohn—Abrest). 3. Woda (Bonjeau, Dienert). 4. Hygiena mleka (wykrywanie tuberkuliny w mleku, wpływ tuberkuliny zmodyfikowanej (tuberkulinazy) na krowy gruźlicze, zapobieganie zakażeniu przez żywienie (Baudran, Andrieu i Calmette). 5. Różne komunikaty.

VI. Sekcya. Statystyka, nauczanie i metody. 1. Ceny żywności w miastach i na wsiach w różnych krajach w poprzednim wieku i na początku wieku XX (Yves Guyot). 2. Środowiska produkcyi zwykłych pożywek, statystyka produkcyi, ceny fabryczne i na wielkich targach. 3. Sposoby zaopatrzenia miast i wsi. 4. Stan obecny zaopatrzenia miast i wsi w środki spożywcze w rozmaitych krajach. 5. Produkcya światowa w stosunku do zapotrzebowania (Yves Guyot). 6. Popularyzacya wiadomości o środkach spożywczych i o żywieniu racyonalnem (Mongel i Bertrand).

VII. Sekcya. Hygiena zastosowana do technologii środków spożywczych. Przewóz. 1. Sposoby przyrządzania, fabrykacyi, opakowania. Stan obecny, błędy, ulepszenia. Napoje, mleczarnie, młyny, piekarnie, jatki, sklepy korzenne, towarów kolonialnych. Napoje burzące (fermentujące). Jarzyny i owoce. Tłuszcze roślinne. Cukry i cukiernie. Kuchnie i t. d. (spr. Sémichon, Mathieu, Fernbach, Effront, Kayser, Lévy, Rouques, Henseval, Beau, Dornic, Roger, Houdé, Dugast, Jean, Diénert). 2. Konserwowanie pożywek zapomocą czynników fizykalnych, ciepła, zimna, elektryczności. 3. *a)* Stan przemysłu rolniczego środków spożywczych, *b)* ulepszenia możliwe ze stanowiska hygienicznego, *c)* czy rozwój tego przemysłu leży w interesie hygieny publicznej i produkcyi. 4. Przewóz środków spożywczych, ulepszenia, koszt przewozu.

VIII. Sekcya. Hygiena środków spożywczych i racyonalne odżywianie w rodzinie i po za rodziną. 1. Hygiena środków spożywczych w rodzinie. Obowiązki gospodyni w domu i pensyonatach. Odpowiedzialność ze względu na rozwój fizyczny członków rodziny i ich zdrowia. Rachunkowość gosp. domow.

Ilość i typy posiłku i t. d. 2. Odżywianie ludności w restauracyach, garkuchniach, buliony, mleczarnie, porównanie cen, typy obiadów stosownie do zawodów, sposoby odżywiania racyonalnego klasy robotniczej.

IX. Sekcya. Spółki i wolne współzawodnictwo oraz ich wpływ na ceny środków spożywczych w miastach i na wsiach. Tablice porównawcze. Sprawozdania kół wytwórczych a spożywczych. Pośrednictwo.

X. Sekcya. Współdziałanie społeczeństwa w kwestyi odżywiania. Filantropia wobec dzieci (inst. »Kropli mleka«, żłóbki, ochronki – kuchnie szkolne), wobec dorosłych (restauracye spółkowe bez przymusu alkohol., jarskie, jadalnie, składy, ekonomaty, ich strony dodatnie i ujemne). Sposoby odgrzewania wzgl. gotowania pokarmów w pracowniach. Instytucye dobroczynne (zupy, herbaciarnie ludowe i t. p.).

XI. Sekcya. Zapobieganie alkoholizmowi i gruźlicy zapomocą odżywiania (spr. Mongel).

XII. Sekcya. Pouczanie i rozszerzanie wiadomości o racyonalnem odżywianiu człowieka i o hygienie środków spożywczych w szkole i po za szkołą. Znaczenie tego działu hygieny dla nauki o moralności publicznej, dla gospodarstwa domowego, program i plan nauki.

BIBLIOGRAFIA.

Sprawy szkolne i wychowawcze — odczyty wygłoszone w wydz. wychow. warsz. Tow. hyg. — serya pierwsza — Warszawa 1906 — cena 1 rbl. Znajdujemy w tej seryi nast. prace: K. Tosio: O środkach kształcenia charakteru młodzieży. A. Szycówna: Etyka i karność młodzieży szkolnej. R. Korniłowicz: Szkoły wieczorne w Londynie. M. Biehlerowa: Hygiena nauczycieli i nauczycielek. W. Jezierski: O ubraniu reformowanem uczenic. P. Sosnowski: Uwagi dla zakładających szkoły. H. Kowalewska: O gimnastyce oddychania u młodzieży szkolnej. W Chodecki: Przyczynki do hygieny nauczania i wychowania. J. Piotrowski: O instytucyi lekarzy szkolnych za granicą. W. Kosmowski: O zadawaniu lekcyi do domu uczniom szkół średnich.

Rocznik lekarski wydawany przez Wydział Tow. lek. krakowskiego. Redaktor: Prof. Dr. St. Ciechanowski. — Tom I. Zesz. 1. Cena 3 korony. Dla prenumeratorów *Przeglądu lekarskiego* darmo. Zeszyt pierwszy zawiera pracę docentów *Dra St. Droby i Dra P. Kuczery.* «Badania epidemii zapalenia opon mózgordzeniowych w Galicyi w r. 1905», w której autorowie jako przyczynę wyłączną choroby stwierdzają obecność ziarenkowców Weichselbaum'a, za źródło zakażenia uważają wydzielinę nosa chorych i osób zdrowych z otoczenia chorego, a błonę śluzową nosa za jedną z najważniejszych bram zakażenia, skąd bakterye naczyniami limfatycznemi wnikają w przestwory pod oponami. Tom. I. Zeszyt 2. (1 korona) z pracą *Doc. Dr. St. Dobrowolskiego:* »O cytotoksynie jajnikowej«.

Dr. E. Piasecki. Jednogodzinne wycieczki, jako przyczynek do rozwiązania kwestyi wychowania fizycznego (odbitka z *Ruchu.* Z. 2. R. 1906).

B. Czaplicki. Zarys bakteryologii krwi. Łódź 1906 z labor. Dra Serkowskiego.

J. Zeman. O szkolnych lekarzach — (po czesku). Potrzeba lekarzy szkolnych i lekarzy specyalistów, ich kwalifikacya, zakres działania, wzory wykazów, szemat badania.

TREŚĆ:

I. Związkowa drukarnia we Lwowie, ul. Lindego l. 4.